各ヒーターの同時使用時の組み合わせ例　ヒーターの使用個数・火力によっては、出力が制限されます。

	左ヒーター	右ヒーター	中央ヒーター	グリル
5.8kW設定時	火力11	火力12	—	—
	火力12	火力11	—	—
	火力 7	火力12	火力 9	—
	火力12	火力 7	火力 9	—
	火力 5	火力10	火力 9	入
	—	火力11	火力 9	入

	左ヒーター	右ヒーター	中央ヒーター	グリル
4.8kW設定時	火力 9	火力12	—	—
	火力12	火力 9	—	—
	火力 5	火力11	火力 9	—
	火力11	火力 5	火力 9	—
	火力 5	火力 7	火力 9	入
	火力 9	—	火力 9	入

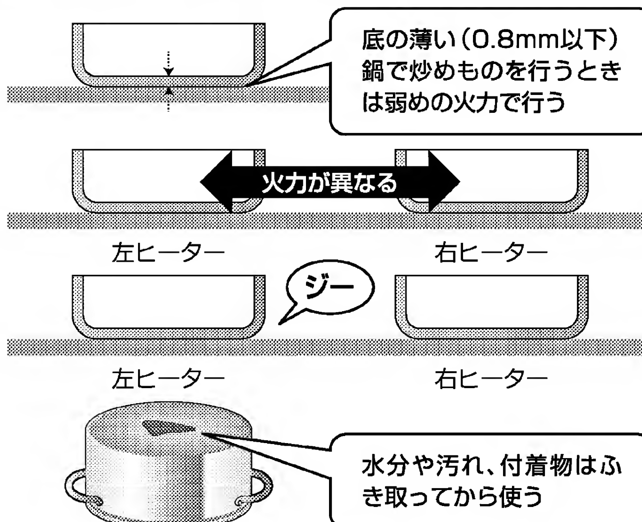
IHヒーターと鍋

●鍋底の厚さが薄い（0.8mm以下）鍋は、炒めものや空だきの強めの火力でのご使用はひかえ、弱めの火力で使用してください。（鍋底の変形を防ぎます。）

●同じ鍋でも、左・右・中央のIHヒーターで火力が異なる場合があります。また小さい鍋では、通電できる場合とできない場合があります。

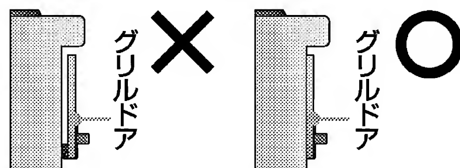
●左・右・中央のIHヒーターの同時使用、または鍋の種類によって、音（ジー音、カチカチ音、キーン音など）が発生する場合があります。これは磁力線による鍋の振動で、異常ではありません。そのまま使用してください。

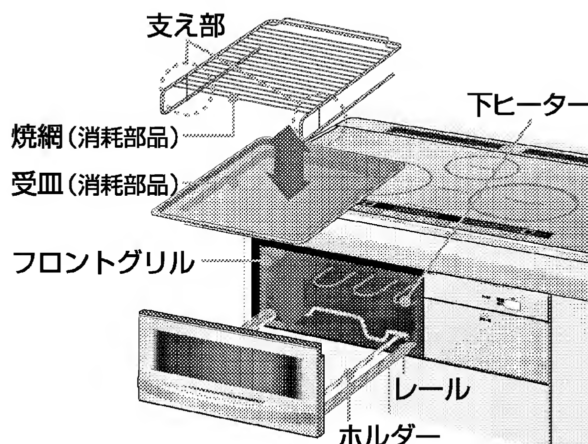
●鍋底の水分や汚れ、付着物などは、必ずふき取ってから使用してください。（鍋が動いたり、湯気が噴出したりトッププレートに汚れが付着する恐れがあります。）



グリル

●受皿にはアルミホイル、クッキングシートなどを入れないで使用してください。
●焼網と受皿は必ずセットして使用してください。（やけどや火災の原因となります。）
●受皿はホルダーにセットしてください。（ホルダーの接合部にのりあげたり、下ヒーターに直接載せないでください。）
●焼網をセットするときは焼網の支え部を手前にして載せてください。
●グリルドアはフロントグリルに密着するまで押し込んでください。

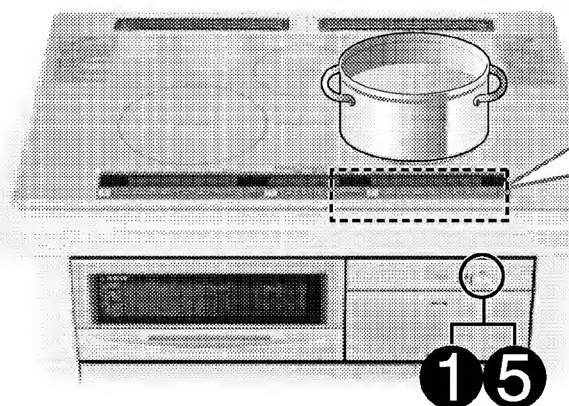


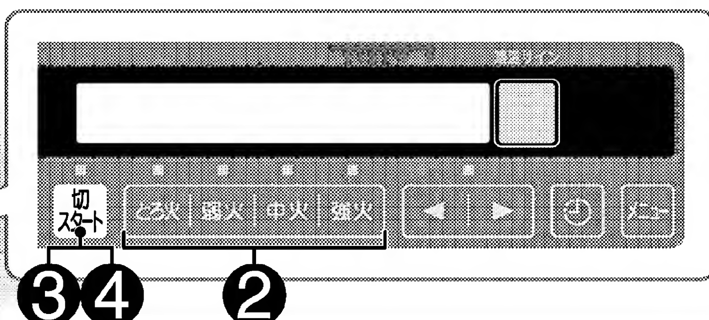


左・右ヒーターで調理をする

ゆでる、煮る、蒸す、焼く、炒める、温める

お知らせ　右ヒーターで説明しています。





準備　材料を入れた鍋をIHヒーターの中央に置く

1　電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、
電源ランプを点灯させる

2　とろ火｜弱火｜中火｜強火
希望の火力を押し、
ランプを点灯させる

3　切/スタート を約1秒押し、**通電する**

調理する

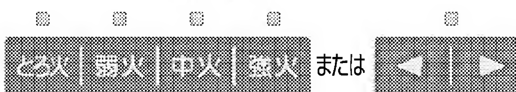
4　調理が終わったら
切/スタート を押し、**通電を切る**

5　続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、**電源を切る**

※ 切/スタート を押してから とろ火｜弱火｜中火｜強火 を押しても通電できます。

調理中はそばを離れず、調理の仕上がりに合わせ、火力を調節しましょう。

●調理中に火力を調節するには



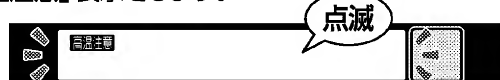
火力「1」 火力「4」 火力「7」 火力「10」
を押す。

タイマーを使うときは（➔P.35）

お知らせ

- ●少量の油を入れて予熱するときや、予熱の後で油を入れるときは、火力を弱めにするなど加熱し過ぎないようにしてください。
  ※油の温度が急激に上がり、油が発火することがあります。
- ●火力が強い場合、鍋ややかんの形状などによってはふきこぼれたり、蒸気が勢いよく出る恐れがあります。沸とうしたら火力を下げてください。
- ●煮込みなどで長時間ご使用時は、途中でかき混ぜるなどし、ふきこぼれや焦げつかせないようにしてください。特に調理タイマーを使用するときは焦げつきに注意してください。
- ●みそ汁やカレーのルーなど底に沈殿しやすいものを温め直すときは、『弱火』でかき混ぜながら行ってください。
  ※鍋底に沈殿したみそやカレーのルーなどが温まると突然ふき上げたり、鍋が跳ね上がることがあり、やけどの恐れがあります。
- ●鍋底の薄いもの、鍋底が反っているフライパンや鍋などは『強火』で予熱すると赤熱する場合があります。
- ●「火力」キーを押した後、約10秒以内に「切/スタート」キーを押さないとブザーが鳴り自動的に解除されます。

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「**高温注意**」表示をします。



調理の種類と火力調節の目安

火力表示の見かた



とろ火・弱火

『 1』～『 5』



中　火

『 6』～『 8』



強火・ハイパワー

『 9』～『 12』

●火力に応じて、液晶表示が3色に光り、バーの長さと数値で火力の設定状態を表示します。
●火力は「1」～「12」まで調節できます。（中央ヒーターの火力は「1」～「9」まで調節できます。）
●液晶表示は、左・右・中央ヒーターの操作を終えてから約10秒後に減光します。再度操作をすると、もとの明るさに戻ります。

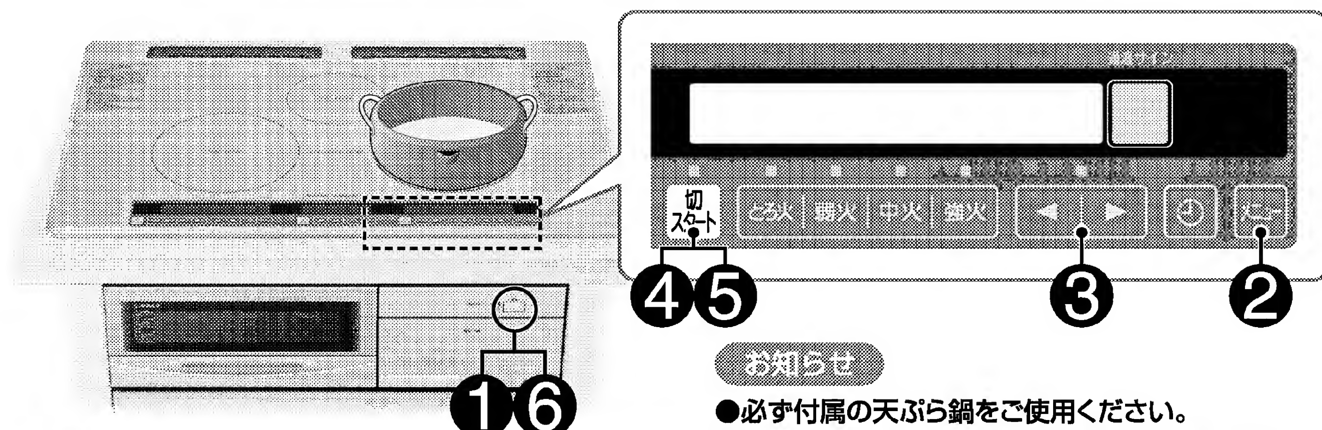
火力の目安

◀ | ▶	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
消費電力	100W 相当	200W 相当	300W	400W	500W	800W	1.1kW	1.4kW	1.6kW	2.0kW	2.6kW	3.0kW
ゆでる							めん類・根菜				葉菜	沸とう
煮　る			カレーなどのとろみのあるもの			煮魚など		ひと煮たち		煮立てる		沸とう
蒸　す			茶わんむし		シュウマイ							沸とう
焼　く			卵焼き・オムレツ			ハンバーグ・ぎょうざ				肉類		
炒める				玉ねぎ	ホワイトソース			焼きそば・炒飯・野菜炒め				
温める	保温	カレーのルー	みそ汁		温め直し							

●火力「12」は火力が強いため、特に少量の食品を調理する時は、鍋やフライパンを傷める恐れがありますので、火力を下げることをおすすめします。
●火力「12」の連続使用時間は最大約10分です。10分を超えると自動的に火力「11」に下がります。
●火力「12」「11」の連続使用時間は合計で最大約15分です。15分を超えると自動的に火力「10」に下がります。
●アルミ・銅鍋などは火力「12」に設定しても最大約2.6kWとなります。

揚げる（揚げもの温度コントロール）

お知らせ
- ●右ヒーターで説明しています。
- ●左・右ヒーターで同時に揚げものはできません。



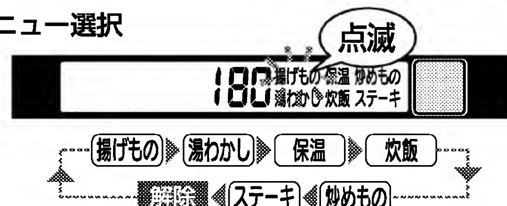
お知らせ
- ●必ず付属の天ぷら鍋をご使用ください。
- ●油量は約500g（560mL）～約800g（900mL）を入れてください。

準備 油を入れた付属の天ぷら鍋をIHヒーターの中央に置く

1 電源切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

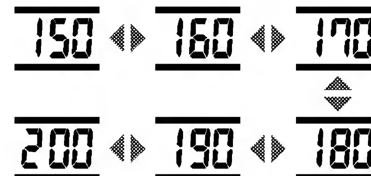
2 メニュー を押し、**「揚げもの」を点滅させる**

メニュー選択



3 ◀ ▶ を押し、**油温を設定する**

油温設定



4 切/スタート を約1秒押し、**通電する**

メロディーが鳴ったら適温です。

適温になったら調理する

予熱中



適温



- ●予熱が終了するとメロディーが鳴って、「**適温**」を表示します。
- ●約800gの油で約10分かかります。

5 調理が終わったら 切/スタート を押し、**通電を切る**

6 続けて使わないときは 電源切/入 を押し、**電源を切る**

- ●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「**高温注意**」表示をします。



 天ぷら鍋のお手入れは ➔P.39

温度調節の目安

付属の天ぷら鍋・油800gの場合

150	160	170	180	190	200
			天ぷら 手作りコロッケ エビフライ		
		冷凍食品 （コロッケ・メンチカツなど）			
	フライ 鶏の唐揚げ ドーナツ				
素揚げ・大学いも ポテトチップ 魚の丸揚げ					
野菜（ししとう辛子、しその葉など）天ぷら とうふ揚げ					

※油温設定は調理時の温度目安です。油量や材料により異なります。また材料が入っていない場合は、やや高めの温度になります。

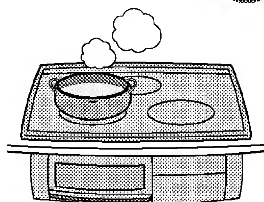


付属の天ぷら鍋以外を使用しない

火災の原因になります。







揚げもの調理中は

- ●揚げもの調理中はそばを離れない。
- ●付属の天ぷら鍋以外は絶対に使わない。
  鍋底が変形したものは使わない。
- ●鍋はヒーターの中央に置いてください。
- ●必ず揚げもの温度コントロールを使用する。
- ●油は500g（560mL）未満では調理しない。
  （油が過熱され、発火する恐れがあります。）
- ●油煙が多く出たら電源を切る。

お願い

●次のような場合、揚げもの鍋反り検知自動停止が作動し、通電を停止することがあります。
- ・鍋底が約2mm以上反っていたり、変形した鍋を使用した場合（鍋を交換する ➔P.5）
- ・鍋底やトッププレートに異物や汚れが付着している場合（お手入れをする ➔P.15、39）
- ・予熱中に油を注ぎ足した場合（揚げもの温度コントロールの設定をし直す ➔P.18）

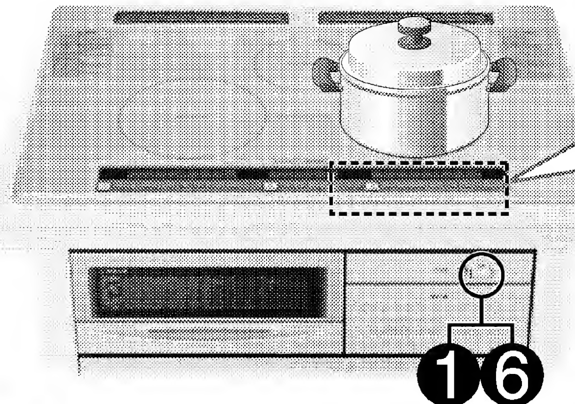
※油の種類によっては油煙が出る温度が異なります。（油の説明書を確認してください。）
※付属の天ぷら鍋は絶対に空だきしないでください。
※再使用油は油煙が出やすくなります。

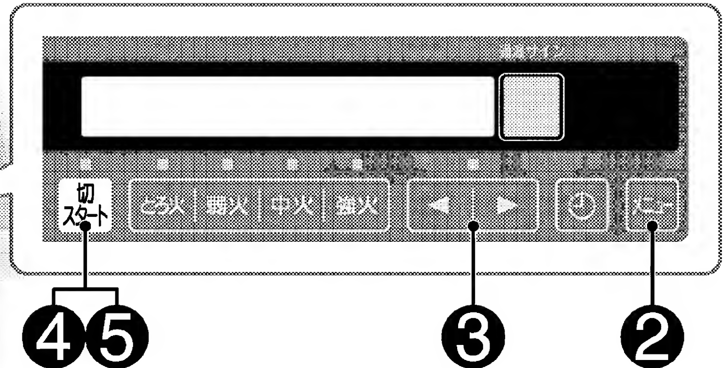
●揚げもの運転中に隣のIHヒーターで湯をわかすなどの調理を行う場合、湯が跳ねて油の中に入らないように火力の調節に注意してください。

左・右ヒーターで調理をする（つづき）

保　温

お知らせ ●右ヒーターで説明しています。
●アルミ・銅鍋は使えません。





準備 材料を入れた鍋を IHヒーターの中央に置く

1 電源 切/入 [ ] を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 [メニュー] を押し、**「保温」を点滅させる**

3 [◀ | ▶] を押し、**温度を設定する**

4 [切 スタート] を約1秒押し、**通電する**

●保温中はときどきかきまぜて、焦げつかせないようにしてください。
●長時間保温すると焦げつく場合があります。
●保温中も温度を変更できます。

5 保温が終わったら [切 スタート] を押し、**通電を切る**

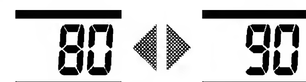
6 続けて使わないときは 電源 切/入 [ ] を押し、**電源を切る**

お知らせ
●保温できるのは、汁物（みそ汁、スープなど）やカレー、シチューのみです。（ごはんや炒めものは保温できません。）
●保温できる量は約200〜800gまでです。
※必ず調理終了後のあたたかい調理物を保温してください。

メニュー選択



保温温度設定



カレー、シチューなど　　みそ汁、スープなど

温度は目安です。調理物の種類や量、鍋の材質・大きさにより実際の温度と異なる場合があります。

●最大約45分で自動的に通電を停止します。
タイマーを使うときは ➔P.35

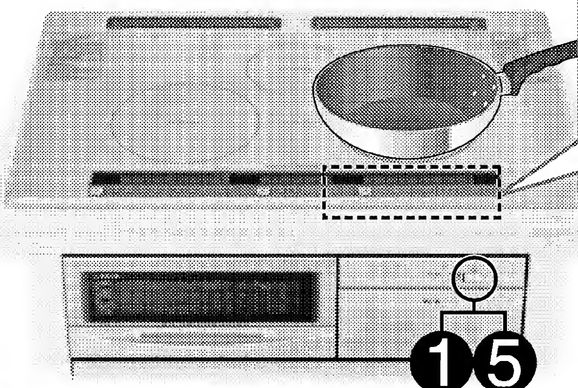
●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「**高温注意**」表示をします。

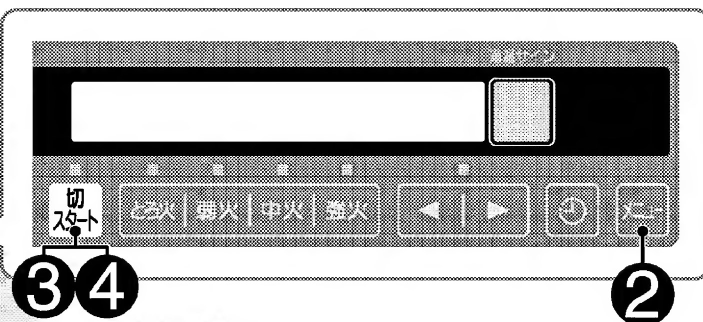
点滅



適温サイン 炒めもの・ステーキ

お知らせ
- ●使用できるフライパンには制限があります。➔P.12
- ●左・右ヒーターで同時に 適温サイン の同じメニューはできません。
- ●右ヒーターで説明しています。
- ●銅フライパンは使えません。





お願い
- ●熱いフライパンは十分冷ましてからご使用ください。（油が過熱され、発火する恐れがあります。）
- ●熱いフライパンを使用すると通電を停止する場合があります。
- ●予熱途中でフライパンをとりかえない、フライパンを動かさない。
- ●油煙が多く出たら電源を切る。
- ●フライパンはヒーターの中央に置き、調理中はそばを離れない。
- ●適温になるまでフライパンに材料を入れないでご使用ください。

準備 フライパンをIHヒーターの中央に置く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、**電源ランプを点灯させる**

2 メニュー を押し、**「炒めもの」**または**「ステーキ」を点滅させる**

メニュー選択

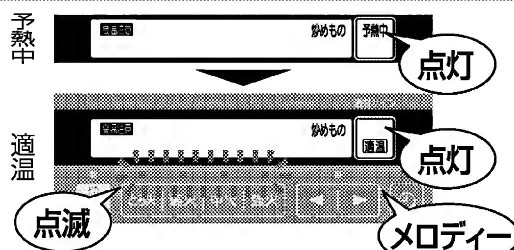


3 切 スタート を約1秒押し、**通電して** フライパンに油を入れる

「高温注意」表示中は通電できません。

メロディーが鳴ったら適温です。

適温になったら希望の火力を押し、様子をみながら調理する
調理例 ➔P.54、55

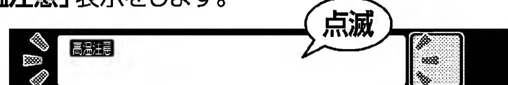


- ●予熱が終了するとメロディーが鳴って、「**適温**」を表示します。自動で予熱するため約4～5分かかります。お急ぎの場合はお好みの火力でご使用ください。➔P.16
- ●「**適温**」表示後、約1分以内に「火力」キーを押さないとブザーが鳴り通電を停止します。
- ●鍋の材質・大きさ・形状・置く位置により「**適温**」表示になっても鍋の温度が高すぎたり低すぎたりする場合があります。

4 調理が終わったら
切 スタート を押し、**通電を切る**

5 続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、**電源を切る**

- ●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「**高温注意**」表示をします。

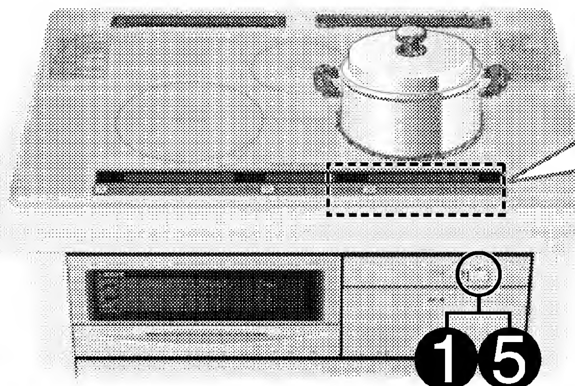


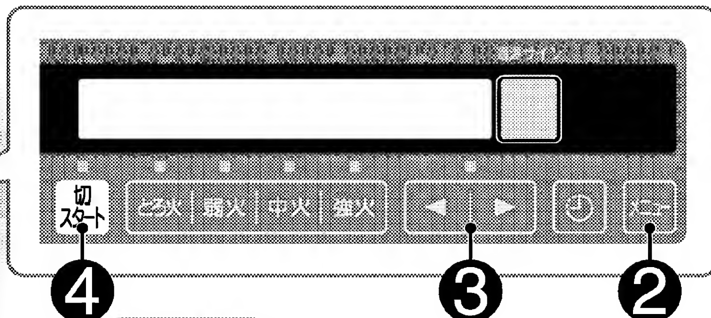
左・右ヒーターで調理をする（保温・適温サイン 炒めもの・ステーキ）

左・右ヒーターで自動調理をする

自動炊飯

お知らせ ●右ヒーターで説明しています。
●左・右ヒーターで同時に自動炊飯はできません。
●アルミ・銅鍋は使えません。





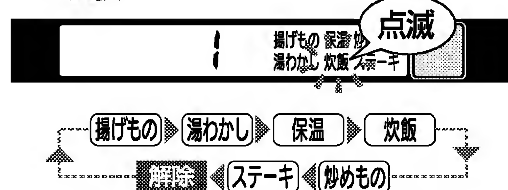
お知らせ
●炊飯中は、飛まつ（泡）が飛び散ります。
●自動炊飯は、約37～40分かかります。
●炊飯終了後、ふたが開かないときは「弱火」で少し加熱してください。
●炊飯の残時間が確定すると残時間を表示します。

準備 材料を入れた鍋 （➔P.23）を IHヒーターの中央に置く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで押し、
電源ランプを点灯させる

2 メニュー を押し、**「炊飯」を点滅させる**

メニュー選択



3 ◀ | ▶ を押し、
お米の量を設定する

お米の量設定



1カップ　2カップ　3カップ

4 切 スタート を約1秒押し、**通電する**

「高温注意」表示中は通電できません。

●炊き上げ後、蒸らしが終わると、メロディーが鳴り、自動的に通電を停止します。

炊きかげん設定

●お好みにより炊きかげん（鍋底の焦げ具合）が調節できます。
通電スタート後のランプ点滅時（約10秒間）に ◀ | ▶ を押します



よわめ　標準　つよめ

5 自動炊飯が終わったら **すぐにほぐす**
続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、**電源を切る**

●トッププレートの温度が約80℃以下になるまで「**高温注意**」表示をします。

